



RPG, komiks i popkultura jako wizualne narzędzia pracy z traumą - szkolenie

Numer usługi 2026/03/11/25838/3398242

2 666,00 PLN brutto

2 666,00 PLN netto

166,63 PLN brutto/h

166,63 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum "Mentoris"
Mateusz Prucnal

★★★★★ 4,9 / 5

3 097 ocen

🗂 Usługa szkoleniowa

📺 zdalna w czasie rzeczywistym

🕒 16:00 h

📅 12.09.2026 do 13.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie dedykowane jest dla właścicieli i pracowników firm MŚP którzy chcą zapoznać się z tematyką terapii ACT, która jest oparta na modelu transdiagnostycznym i można ją użyć w celu wykorzystywania jej w pracy zawodowej, zarządzaniu zespołem, kawałków biznesowych, lepszej komunikacji, rozwoju osobistym i innych kontekstach. Uczestnik poszerzy swój warsztat pracy o wykorzystanie komiksów, filmów, animacji oraz innych elementów popkultury jako narzędzi wspierających proces terapeutyczny i rozwojowy.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

11-09-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

16

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "RPG, komiks i popkultura jako wizualne narzędzia pracy z traumą - szkolenie" przygotowuje uczestnika do wykorzystywania komiksów, filmów i elementów popkultury w pracy psychologicznej i terapeutycznej jako narzędzi

wspierających identyfikowanie emocji, wartości i strategii radzenia sobie przez klientów. Uczestnik poznaje założenia podejść graphic medicine, superhero therapy i geek therapy oraz uczy się tworzyć i stosować metafory narracyjne i wizualne w pracy z dorosłymi i młodzieżą.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik identyfikuje rolę metafor wizualnych i narracyjnych w pracy terapeutycznej.	Uczestnik wskazuje funkcje metafor wykorzystywanych w pracy terapeutycznej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik wybiera przykłady metafor wizualnych i narracyjnych stosowanych w terapii.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik identyfikuje założenia podejść Graphic Medicine oraz Superhero Therapy.	Uczestnik wskazuje główne założenia podejścia Graphic Medicine.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik rozpoznaje przykłady zastosowania komiksów, filmów lub animacji jako narzędzi terapeutycznych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik identyfikuje schemat podróży bohatera i jego zastosowanie w procesie terapeutycznym.	Uczestnik wskazuje etapy schematu podróży bohatera.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik wybiera przykłady zastosowania schematu podróży bohatera w pracy z klientem.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik dobiera metafory wizualne lub narracyjne do pracy terapeutycznej z klientem.	Uczestnik dobiera metaforę do opisanego przypadku klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik wskazuje kryteria wyboru metafory adekwatnej do sytuacji klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik wybiera narzędzia narracyjne i wizualne wykorzystywane w pracy terapeutycznej.	Uczestnik wskazuje narzędzia wizualne wykorzystywane w pracy terapeutycznej (np. komiks, storyboard).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik rozpoznaje przykłady ćwiczeń narracyjnych z wykorzystaniem postaci fikcyjnych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik dobiera środki wizualne wspierające proces pracy z wartościami i defuzją poznawczą.	Uczestnik wskazuje narzędzia wizualne wspierające pracę z wartościami.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik wybiera przykłady zastosowania narzędzi wizualnych w procesie defuzji poznawczej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

- Szkolenie realizowane jest w trybie godzin zegarowych (60 minut).
- Szkolenie trwa 16 godzin, w tym: 4 godziny 10 minut teorii, 9 godzin 20 minut praktyki, 2 godziny przerwy, 30 minut walidacji.
- Przerwy są wliczone w czas trwania usługi.
- Szkolenie prowadzone jest zdalnie na platformie Zoom.

Dzień 1

1.Wprowadzenie i cele szkolenia (teoria: 30 minut)

2.Geek therapy (teoria: 30 minut, praktyka: 1 godzina 50 minut)

- Wykorzystanie RPG w pracy terapeutycznej
- Tworzenie własnej postaci RPG jako eksploracja JA
- Tworzenie Quest'ów jako planu ekspozycji

3.Superhero Therapy: Bohaterowie jako metafory wartości (teoria: 30 minut, praktyka: 1 godzina 50 minut)

- Koncepcja Superhero Therapy: bohater jako metafora odwagi i działania mimo lęku
- Praca z wartościami
- Wprowadzenie do struktury podróży bohatera
- RFT – wykorzystanie teorii ram relacyjnych w pracy z klientem

4.Mapa wsparcia (teoria: 30 minut, praktyka: 1 godzina 20 minut)

- Budowanie siatki wsparcia jako praca na zasobach
- Wykorzystanie kolażu w pracy terapeutycznej
- Zbudowanie stołu mentorów i doradców elastyczności
- Badanie zasobnego kontekstu klienta

Dzień 2

1. Nasi wrogowie zewnętrzni i wewnętrzni (teoria: 1 godzina , praktyka: 2 godziny)

- Praca z mapą wrogów jako badanie kontekstu
- Praca z flashbackami, wspomnieniami, emocjami
- Uwidocznienie walki z doświadczeniami wewnętrznymi za pomocą metafory walki z potworami
- Metafora jako zmiana funkcji bodźca (RFT)
- Co to jest metafora? Rola i wykorzystanie metafor z popkultury w procesach

2. Graphic Medicine i komiks jako narzędzie terapeutyczne (teoria: 1 godzina 10 minut , praktyka: 2 godzina 20 minut)

- Omówienie idei graphic medicine
- Komiks jako sekwencyjne medium opowieści i ucieleśnienia doświadczeń
- Analiza wybranych plansz komiksów
- Komiksowa mapa ciała jako wzmacnianie procesu defuzji

3. Walidacja (30 minut)

- Walidacja efektów uczenia się przeprowadzona będzie w formie testu teoretycznego z wynikiem generowanym automatycznie
- Test pisemny złożony będzie z minimum 20 pytań zamkniętych z gotową kafeterią odpowiedzi (jednokrotnego wyboru), a ocena testu będzie polegała wyłącznie na porównaniu zaznaczonych odpowiedzi z kluczem oceny przygotowanym przez eksperta merytorycznego w dziedzinie Terapii ACT z nakierowaniem na RPG, komiks i popkulturę jako wizualne narzędzia pracy z traumą.
- Test będzie obejmował wszystkie obszary objęte programem szkolenia, tj. wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne.
- Każdy uczestnik musi uzyskać min. 80% punktów, aby otrzymać potwierdzenie nabycia kompetencji.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 23

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 23 Wprowadzenie i cele szkolenia (Prezentacja, dyskusja)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	08:30	09:00	00:30
2 z 23 Geek therapy cz.I (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	09:00	09:30	00:30
3 z 23 Przerwa	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	09:30	09:40	00:10
4 z 23 Geek therapy cz.II (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	09:40	11:10	01:30
5 z 23 Przerwa	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	11:10	11:20	00:10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 23 Geek therapy cz.III (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	11:20	11:40	00:20
7 z 23 Superhero Therapy: Bohaterowie jako metafory wartości cz. I (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach)	Joanna Pankau	12-09-2026	11:40	13:00	01:20
8 z 23 Przerwa obiadowa	Joanna Pankau	12-09-2026	13:00	13:30	00:30
9 z 23 Superhero Therapy: Bohaterowie jako metafory wartości cz. II (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach)	Joanna Pankau	12-09-2026	13:30	14:30	01:00
10 z 23 Mapa wsparcia cz. I (ćwiczenie w grupach poprzez pracę kreatywną i burzę mózgów, analiza przypadków)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	14:30	15:00	00:30
11 z 23 Przerwa	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	15:00	15:10	00:10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 23 Mapa wsparcia cz. II (ćwiczenie w grupach poprzez pracę kreatywną i burzę mózgów, analiza przypadków)	JOANNA GAWROŃSKA	12-09-2026	15:10	16:30	01:20
13 z 23 Nasi wrogowie zewnętrzni i wewnętrzni cz. I (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna)	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	08:30	09:30	01:00
14 z 23 Przerwa	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	09:30	09:40	00:10
15 z 23 Nasi wrogowie zewnętrzni i wewnętrzni cz. II (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna)	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	09:40	11:10	01:30
16 z 23 Przerwa	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	11:10	11:20	00:10
17 z 23 Nasi wrogowie zewnętrzni i wewnętrzni cz. III (prezentacja i omówienie treści teoretycznych, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna)	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	11:20	11:50	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 23 Graphic Medicine i komiks jako narzędzie terapeutyczne cz.I (prezentacja, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	Joanna Pankau	13-09-2026	11:50	13:00	01:10
19 z 23 Przerwa obiadowa	Joanna Pankau	13-09-2026	13:00	13:30	00:30
20 z 23 Graphic Medicine i komiks jako narzędzie terapeutyczne cz.II (prezentacja, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	Joanna Pankau	13-09-2026	13:30	15:00	01:30
21 z 23 Przerwa	Joanna Pankau	13-09-2026	15:00	15:10	00:10
22 z 23 Graphic Medicine i komiks jako narzędzie terapeutyczne cz.III (prezentacja, dyskusje na forum i w grupach, praca indywidualna, praca w grupach)	Joanna Pankau	13-09-2026	15:10	16:00	00:50
23 z 23 Walidacja	JOANNA GAWROŃSKA	13-09-2026	16:00	16:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 666,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 666,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,63 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,63 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

JOANNA GAWROŃSKA

Joanna Gawrońska – Certyfikowana psychoterapeutka kontekstualno-behawioralna, specjalistka psychoterapii uzależnień nr SP/2305/N/2024 oraz certyfikowana coachka ICF. Dyrektorka merytoryczna w Akademii ACT w wydziale w Poznaniu. Członkini stowarzyszeń Association for Contextual Behavioral Science Polska – ACBS Polska oraz Polskie Stowarzyszenie Somatic Experiencing. Moje szczególne zainteresowania obejmują ACT, FAP, RFT, PBT, SE, teorię poliwalną, neurobiologię, biofizjologię oraz biohacking. Patrę na człowieka wielowymiarowo: od strony biofizjologii, przez perspektywę poznawczą, aż po duchowość.

Swoją wiedzę i umiejętnościami dzieli się prowadząc liczne szkolenia specjalistyczne z III fali terapii behawioralnych, coachingu ACC dla psychoterapeutów, psychologów, coachów i innych osób pracujących z ludźmi, jak i szkolenia dla biznesu (umiejętności miękkie, menedżerskie, efektywność, elastyczność). W ciągu ostatnich 3 lat przeprowadziła ponad 10 szkoleń co stanowi ponad 200 h z zakresu bezpieczeństwa w terapii i regulacji emocjonalnej oraz AUN.



2 z 2

Joanna Pankau

Doktor nauk humanistycznych w dyscyplinie nauki o kulturze i religii, związana z Pracownią Komiksów w Bibliotece Uniwersyteckiej w Poznaniu. Swoje zainteresowania badawcze koncentruje wokół praktyk artyzmu i sztuki aktywistycznej oraz proponowanych w ich ramach rozwiązań antykrzysowym. Swoje ostatnie badania poświęciła problematyce komiksoznawczej, społeczno-politycznych wymiarów twórczości komiksowej. Jest autorką artykułów publikowanych m.in. w „Przeglądzie Kulturoznawczym”, „Czasie Kultury”, „Ethics in Progress” oraz licznych monografiach naukowych. W ciągu ostatnich 5 lat przeprowadziła ponad 200 godzin szkoleń z zakresu tematycznego zbieżnego z aktualną usługą czyli wykorzystywania komiksu, metafor i metody ACT. Trener posiada doświadczenie oraz kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne zostaną przekazane uczestnikowi szkolenia w formie elektronicznej. Materiały (prezentacja oraz karty ćwiczeń) zostaną przesłane e-mailem na podany adres skrzynki elektronicznej uczestnika szkolenia dodatkowo uczestnicy mają dostęp do dysku z materiałami w trakcie usługi będzie odbywać się weryfikacja obecności uczestników.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa jest stworzenie przez uczestnika szkolenia konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz wywiązanie się z warunków, które są przedstawione przez konkretnego Operatora, do którego przekazywane są dokumenty o dofinansowanie do danej usługi rozwojowej.

Przedsiębiorca jest zobowiązany do założenia konta uczestnika instytucjonalnego w BUR. Pracownik przewidziany do udziału w Projekcie jest zobowiązany do założenia konta uczestnika indywidualnego w BUR, na stronie www.uslugirozwojowe.parp.gov.pl oraz przypisania się do profilu instytucjonalnego przedsiębiorcy. Przedsiębiorcy powinni spełniać warunki przedstawione przez danego Operatora, do którego zostały złożone dokumenty o dofinansowanie do usługi rozwojowej.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest na platformie zoom.
- W przypadku uczestniczenia w usłudze osoby z niepełnosprawnością usługa zostanie dostosowana do jej potrzeb.
- 1 godziny usługi rozwojowej = 60 minut.
- Uczestnictwo w szkoleniu, będzie weryfikowane na podstawie raportu z logowań wygenerowanego z systemu.
- Konieczne jest uzyskanie przez uczestnika minimum 80% frekwencji.

Usługa prowadzona będzie za pomocą następujących metod interaktywnych i aktywizujących:

1. Prezentacja
2. Dyskusja
3. Burza mózgów
4. Praca indywidualna
5. Praca w grupach
6. Analiza przypadków
7. Analiza kontekstu

Podstawa zwolnienia z VAT:

- Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. ze zmianami w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (par.3 ust.1 pkt.14).

Warunki techniczne

Wymaganie sprzętowe:

- Komputer wyposażony w kamerę, mikrofon i głośnik z aktualnym systemem operacyjnym (Windows, macOS lub Linux) i co najmniej 2 GB pamięci RAM.

Parametry łącza sieciowego:

- Szybkość pobierania i wysyłania co najmniej 5Mb/s.

Minimalne parametry potrzebne do obsługi komunikatora dla:

- a) Systemu Windows 10 w wersji 1507 lub nowszej Systemu Windows 8 Systemu Windows 7 Systemu Windows 32 (obsługiwane są wersje 64- i 64-bitowe) 1. Procesor Co najmniej 1 GHz 2. Pamięć RAM Co najmniej 2 GB 3. Dodatkowe oprogramowanie DirectX w wersji 9.0 lub nowszej
- b) komputery Mac 1. Procesor co najmniej Intel 1 GHz (Core 2 Duo) 2. Pamięć RAM Co najmniej 2 GB 3. Dodatkowe oprogramowanie. Najnowsza wersja programu QuickTime Łącze internetowe: min download: 768 Mb/s, min upload: 384 Mb/s (APMG Int. zaleca korzystanie z łącza stałego).
- Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów (czytnik plików pdf oraz doc).
- Niezbędne urządzenie, które zapewni możliwość komunikacji głosowej na szkoleniu (mikrofon).

Kontakt



PIOTR MAKOWSKI

E-mail makowski Piotr22@gmail.com

Telefon (+48) 576 660 550